



జ్ఞాన యోగం

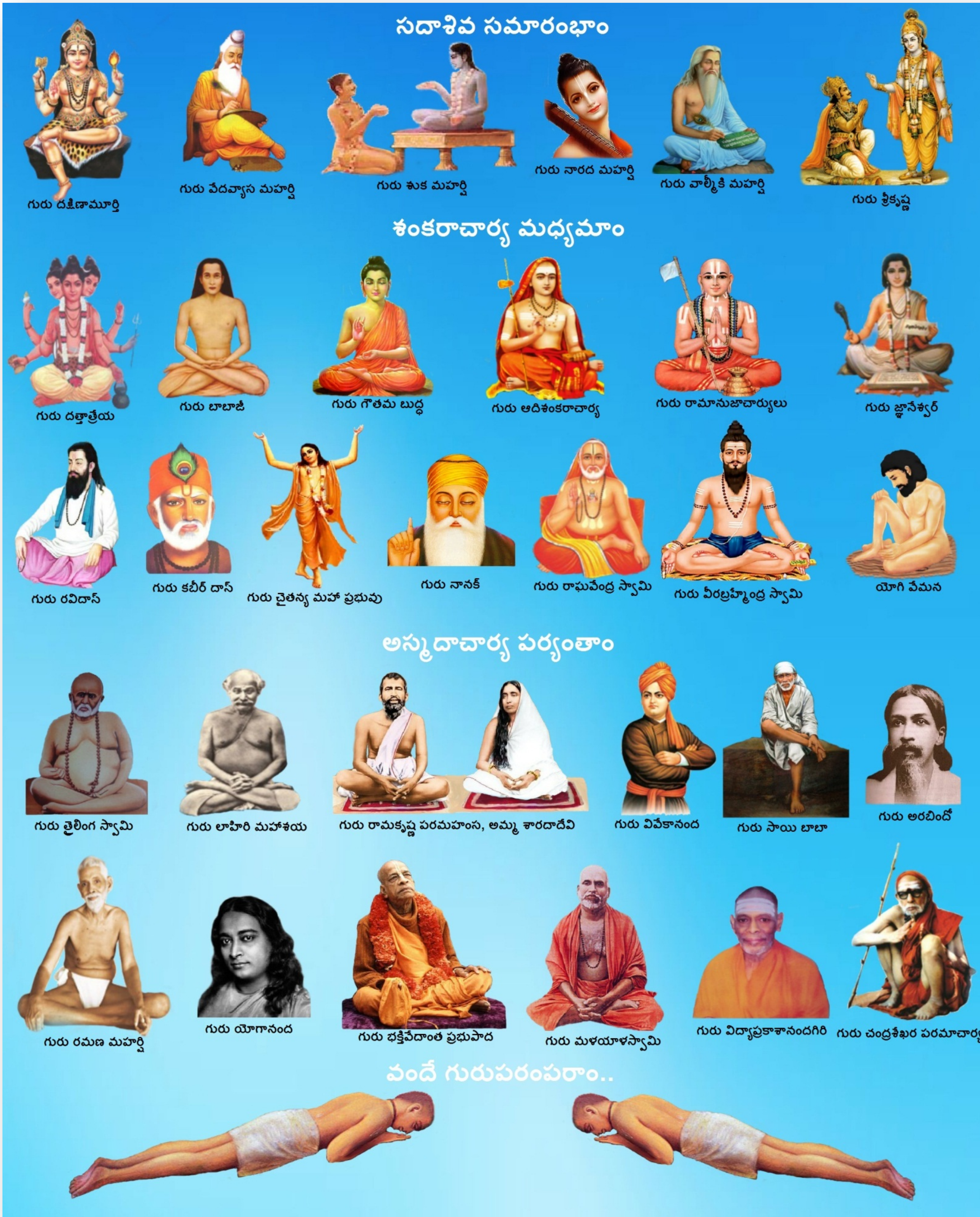
విచారణ

పసిడి పలుకులు









సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి. కనుక తమవంతుగా భక్తి,జ్ఞాన ప్రచారార్థం మహానుభావులైన **శ్రీ నాన్నగారు** వెబ్ సైట్ వారు ఉచితంగా విలువైన గ్రంధాలను ఆన్ లైన్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ వెబ్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్(http://www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) **శ్రీ నాన్నగారు** వారి వెబ్ సైట్: http://www.srinannagaru.com
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని
సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

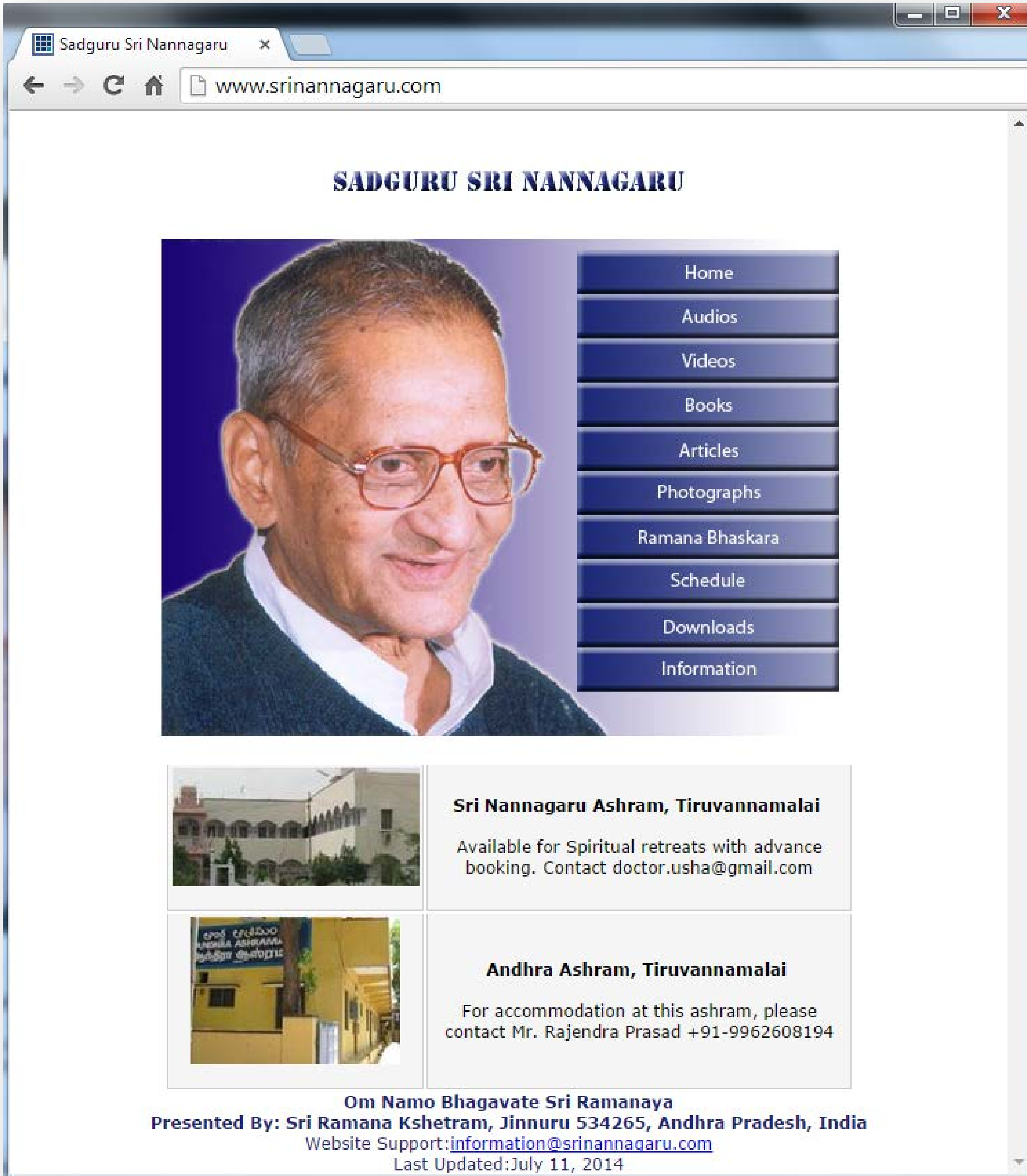
ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు *

శ్రీ నాన్నగారి వారి వెబ్ సైట్:

http://www.srinannagaru.com/



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, ఓజసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

పసిడి పలుకులు

ఓం నమో భగవత్ శ్రీ రమణాయ

శ్రీరమణ సత్సంగం * జిన్నూరు

సేకరణ :

కె. ఉషా రంగరాజు

మొదటి ముద్రణ : మే 1987

సర్వహక్కులు :

శ్రీరమణ సత్సంగము

జిన్నూరు

రిజిష్టర్డు నెం. 257

సలహా సంప్రదింపులకు :

శ్రీ సాగిరాజు రామచంద్రరాజు

(శ్రీరమణ సత్సంగ అధ్యక్షులు)

వడ్లవానిపాలెం, P. O.

వయా జిన్నూరు - 534 265

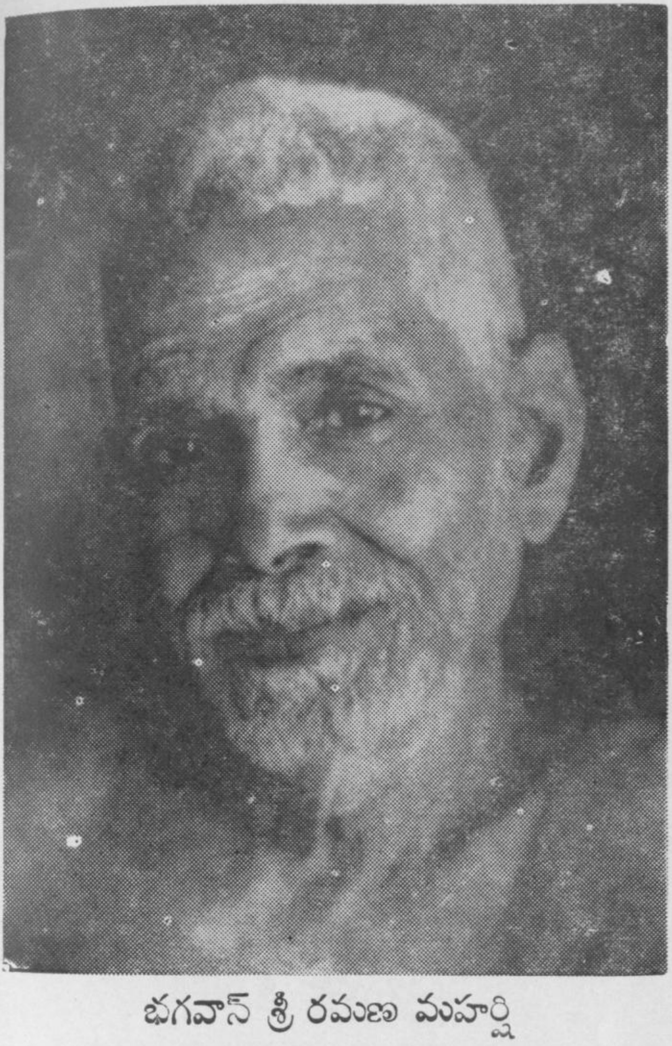
ప॥ గో॥ జిల్లా, ఆంధ్రప్రదేశ్.

ముద్రణ :

శ్రీ వరలక్ష్మి పవర్ ప్రెస్

లాకువద్ద - పాలకొల్లు 534 260

వెల రు. 4-00



భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి

"ఈశ్వరార్పితం నేచ్ఛయాకృతం
చిత్తశోధకం ముక్తిసాధకం"॥

ఈశ్వరునికి అర్పించి చేసినపని, కోరికను రాల్చి చేసిన పని - చిత్తమును శుద్ధిచేసి, మోక్షమును సాధించుటకు మార్గమగును.



శ్రీ నాన్నగారు

"ఏది నశించినా ఆత్మ నశించదు"

సుప్రసిద్ధ రమణ భక్తులు,

ఉదార హృదయులైన

శ్రీ బి. భానుప్రసాద్, B. Sc. గారికి

సమర్పితము...

నివేదన

మనదేశ ఆధ్యాత్మిక చరిత్రలో భక్తిమార్గాన్ని బోధించుటకు శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస, యోగమార్గానికి శ్రీఅరవిందులు, జ్ఞాన మార్గానికి శ్రీభగవాన్ రమణమహర్షి, అవతరించారు. జ్ఞానమార్గాన్ని స్పష్టంగా, సూటిగా ప్రవచించినది భగవాన్ శ్రీరమణుడే! జ్ఞాన మార్గాన్ని విపులంగా సామాన్యులకు కూడ అర్థం అయ్యేలా బోధి స్తూన్న జ్ఞానసంపన్నులైన శ్రీనాన్నగారు మన మధ్యనే ఉండి మనకు జ్ఞానామృతాన్ని బోధిస్తున్నారు. పూజ్యులైన శ్రీనాన్నగారు ఆదివారం మీటింగుల్లోను, మహాత్ములు పుట్టినరోజు మీటింగుల్లోను, పెక్కు దివ్యవాక్యములు ఉద్బోధించారు. శ్రీనాన్నగారి నోటి ద్వారా వచ్చిన పసిడి పలుకులు మీకందరకు అందుబాటులోనికి తెచ్చుట మాకు ముదావహము. భగవాన్ అంటే తెలియని మాకు శ్రీనాన్నగారి పరిచయము తరువాత భగవాన్‌ను స్వప్నములో చాలా సజీవముగా చూచినాము. ఎన్నో అనుభూతులు పొందినాము. సద్గురువు చేసే మేలు మన కళ్ళకు కనిపించదు. మన చెవులకు వినిపించదు. సద్గురువును ధనముతో కొనలేము. శ్రీనాన్నగారి నోటినుండి వెలు వడిన పసిడి పలుకులు మనము వినదగినవి. ఆచరించతగినవి, ఆచరిస్తే మోక్షము అందుతుంది, శ్రీనాన్నగారి సన్నిధిలో జ్ఞానాన్ని ఆర్జించాలనే కాంక్ష ప్రబలమవుతుంది.

—మీ సేకరణ కర్తలు

పసిడి పలుకులు

1. "శ్రీమద్భగవద్గీత" మనకు తల్లిలాంటిది. దైనందిన జీవితములో మనకు ఉపయోగపడే గ్రంథరాజము.

2. సంస్కరింప బడిన హృదయము కలవానికే "గీతా"శాస్త్రము తన హృదయాన్ని యిస్తుంది.

3. సూర్యుడు వెలుగు నిస్తుండగ, దీపాలను వెలిగించటము వలన ఎలాగ ఉపయోగము లేదో అలాగే. "భగవద్గీత" ముందు ఇతర శాస్త్రములు కూడ అంతే !

4. మనము "భగవద్గీత"ను అర్థము చేసుకోవాలి అంటే మనము కృష్ణుడు అంతటి వాళ్ళము కావాలి.

5. ఎవరు, ఎప్పుడు, ఎక్కడ ఏది చెప్పిన అది "భగవద్గీత"లో భోధించిన విషయమునకు అనుగుణముగా వుంటేనే మనము విశ్వసించవలెను. "భగపద్గీత" ప్రమాణ గ్రంథము.

6. "భగవద్గీత నాకు తల్లిలేని లోటు తీర్చినది" అన్నారు మహాత్మాగాంధీ.

7. మనము ఒకరితో స్నేహము చేసేటప్పుడు వారి యొక్క గుణగణాలను బాగుగాపరిశీలించి వారితోస్నేహముచేయాలి.

8. మనము కష్టాలలో ఉన్నప్పుడు ఎవరైతే వచ్చి మనలను ఆదుకుంటారో వారే నిజమైన స్నేహితులు.

9. మనము పిల్లలతో మాట్లాడునప్పుడు మృధువుగా మాట్లాడాలి ఎదిగిన పిల్లలను స్నేహితుల్లా చూచుకోవాలి.

10. ఎంతోమంది స్నేహితులను ప్రేమించుటకన్న ఒక శత్రువుని ప్రేమించుట కష్టముతో కూడిన పని.

11. దుష్టసాంగత్యము పనికిరాదు. సజ్జనసాంగత్యము అవసరము.

12. చెడు సహవాసము వలన చెడు సంస్కారములు ఏర్పడి, అనేక క్షుద్ర జన్మలకు కారణము అవుతాయి.

13. "సజ్జన" సహవాసము వలన సద్వాసనలు, "దుర్జన" సహవాసము వలన దుర్వాసనలు వచ్చును.

14. "సజ్జన" సహవాసము స్వర్గమునకు ద్వారము. "దుర్జన" సహవాసము నరకమునకు ద్వారము.

15. సజ్జన సాంగత్యము వలన సద్వస్తువు ప్రాప్తిస్తుంది.

16. నలుగురు దుష్టుల మధ్య ఒక సత్పురుషుడు వున్న రాణించడు.

17. లౌకికులతో సహవాసము తగ్గించుకొనండి. భక్తులతోనే సహవాసము చేయండి.

18. ప్రాణాని కంటే సజ్జన సాంగత్యానికి ఎక్కువ విలువ యివ్వవలెను.

19. ఏకాంత వాసము, సహవాసము, ఉపవాసము యివి అన్నీ సాధనకు ముఖ్యమైనవే.

20. మనము ఎవరి దగ్గఱ అయితే కూర్చునప్పుడు, మనకు తెలియకుండ, మన ప్రయత్నము లేకుండ, మనస్సు అణుగుతుందో అతడే నిజమైన "సత్పురుషుడు".

21. మనము ఎంత సాధన చేసినా, ఎన్ని పుస్తకాలు చదివినంత మాత్రము చేతనే శాంతిరాదు. సత్పురుషుల సహవాసము వలన మనకు శాంతి వస్తుంది.

22. వేసవికాలములో చల్లటి గాలివేస్తే మనకు ఏలాగువుంటుందో సత్పురుషుల సమక్షంలో కూడ మన హృదయం చల్లబడుతుంది.

23. పశువు మేత తినిన తరువాత ఏవిధముగ నెమరు వేస్తుందో, అటులనే మనము సత్పురుషులవద్దకు వెళ్ళి వచ్చిన తరువాత వారు చెప్పిన మాటలను అనుభవము లోనికి తెచ్చుకొనవలెను.

24. "ఆత్మ"లో స్థిరపడే వరకు సహృదయులు సహవాసము విడిచి పెట్టకూడదు.

25. మనిషికి భోగవాంఛ లేకపోతే ఈ ప్రపంచముతో పనిలేదు.

26. కుందేటికొమ్ము యెంత అబద్ధమో - ఈ ప్రపంచము కూడ అంతే అబద్ధము!

27. కొంతమంది స్త్రీలు ప్రపంచం అంతా తన భర్త అధీనములో యుండాలి, తన భర్త మాత్రము తన అధీనములో యుండాలి అని అనుకుంటారు.

28. మనము మన యింటిలోని వారి గురించిగాని, బంధువుల గురించిగాని, ప్రపంచము గురించిగాని ఆలోచిస్తూ యున్నంత సేపు అహంకారమునకు మేత పెట్టు చున్నట్లే!

29. ఓర్పు ఉన్నవాడే జగత్తును జయిస్తాడు.

30. మనకు కనిపించే ఈ ప్రపంచము అంతా అనిత్యము మాత్రమే కాదు, అసత్యము కూడా. "ఆత్మ" ఒక్కటే సత్యవస్తువు. అందుచేత మనము అనిత్యవస్తువులపై మనస్సు ఉంచ కుండా, సత్యవస్తువైన ఆత్మపైనే మనస్సు నిలుప వలెను.

31. మనము ప్రపంచములోని ఒక వస్తువునుగాని, దృశ్యమును గాని చూసి నప్పుడు వాటివల్ల మన మనస్సు ఆకర్షించ బడకపోతే, మనము మనమనస్సును జయించినట్లేయగును.

32. బాహ్య విషయాలుగాని, ప్రపంచముతో సంబంధముగాని, ప్రపంచము ఉన్నట్లుగాని గుర్తు లేకుండటయే హృదయ పారిశుధ్యమునకు గుర్తు.

33. సినిమాల్లోని గాలివానలు, అగ్ని ప్రమాదాలు తెరను తాకవు. అలాగే ప్రపంచములోని సంఘటనలు జ్ఞానిని అంటవు.

34. లోక క్షేమం కోసం ఎవరైనా ప్రార్థిస్తే, ఆ ప్రార్థన యొక్క ప్రభావము సమాజం మీద పని చేస్తుంది.

35. కొంతమంది ప్రపంచాన్ని చూస్తారు, కాని తమ హృదయంలో ఏమున్నదో ప్రపంచాన్ని చూడ నివ్వరు.

36. కోరికను జయించినవాడు ప్రపంచాన్ని జయిస్తాడు.

37. జాగ్రదవస్థలోకన్న స్వప్నావస్థలోనే మనం మనకు దగ్గరగా వుంటాము.

38. జాగ్రత్తు, స్వప్న, సుషుప్తి అవస్థలకు ఆత్మసాక్షిగా వుంటుంది

39. మానవునకు నిద్ర ఎంత అవసరమో, ప్రకృతికి ప్రళయం అంత అవసరం.

40. ప్రకృతి గుణములు విడిచి పెట్టకుండా, గృహమును విడిచి పెట్టినా ప్రయోజనం లేదు.

41. లోకములో వున్న వస్తువులను చూసి మనము భ్రాంతిపడితే బంధింప బడతాము.

42. లోకమునకు, ఆడంబరమునకు దగ్గఱ సంబంధము వుంది. ఆడంబరము విడిచి పెట్టకుండా వినయమును సాధించ లేడు. వినయం లేకపోతే విద్యార్జన చేయలేడు.

43. లోకము అబద్ధము కాబట్టి, అబద్ధమును నమ్మినంత తేలికగా నిజమును నమ్మదు.

44. రామరాజ్యంలో యిచ్చేవారే కాని పుచ్చుకునేవారు యెవ్వరు లేరు. కలికాలంలో అడిగేవారే కాని యిచ్చేవారు లేరు.

45. కలియుగానికి సరిపోయెడిది "భక్తి" మార్గమే !

46. ప్రపంచాన్ని మోసము చేయవచ్చు, ఈశ్వరుని మాత్రము మోసము చేయలేము.

47. నీకు నిజంగా భగవంతుడే కావాలంటే, నీ హృదయములో గూడు కట్టుకొని వున్న లౌకికత్వమును బయటకు తోలాలి.

48. మనస్సును ఎవరైతే శుచిగా ఉంచుకొనటానికి ప్రయత్నిస్తారో వారే మాధుర్యమును పొందుతారు.

49. మనస్సుకు, మాటకు, చేతకు పొందిక ఉండాలి.

50. మన మనస్సులో ఏమి జరుగు చున్నదో నిఘా వేసుకొని చూస్తే వివేకం కలుగుతుంది.

51. మనము శారీరక ఆరోగ్యానికి ఎంత ప్రాధాన్యత యిస్తున్నామో అంతకు మించిన ప్రాధాన్యత మానసిక వికాశమునకు ఇవ్వ వలెను.

52. మన చర్మము మీద ఎక్కడైనా దోషము వుంటే, దురద ఎట్లా పుడుతుందో, అదే విధముగా మన మనస్సులో వున్న దోషముల మూలముగా, మనస్సు విషయముల మీదకు పరుగిడు చున్నది.

53. స్థూలరూపములను చింతించడమే మనస్సుకు ఆహారము.

54. మన మనస్సులో వున్న బలహీనతల కారణము వలన, భగవంతుడు చెప్పిన మాటల యందు మనకు పూజ్యభావం కలుగుట లేదు.

55. "నోరు" యెలా మూతపడు చున్నదో, అదే విధముగ లోపల "మనస్సు" మూత పడాలి.

56. మనోనిగ్రహము వలన అద్భుతమైన, అపూర్వమైన, ఉదాత్త మైన శాంతిని పొందుటకు అర్హతను పొందుతాడు.

57. మనకు పరిస్థితులు అనుకూలించ నపుడు మాత్రమే మనలో వున్న బలహీనతలు మనకు గోచరిస్తాయి.

58. మనస్సులో వున్నదే చెప్పాలి, చెప్పినదే చెయ్యాలి.

59. బాహ్యముగ యుండే కట్టెలు, కత్తులు, బాంబులు, యితర మారణాయుధాలు కూడ చేయని హాని "మలిన మనస్సు" చేస్తుంది.

60. ఏ విషయాలను మన మనస్సు కన్పిస్తుందో, అందులో నుండి బయట పడటానికి చేసే ప్రయత్నమే "తపస్సు".

61. గొయ్యి త్రవ్వటానికి గెడ్డపార ఎలాగ అవసరమో, హృదయపు లోతులోనికి వెళ్ళటానికి "వినయం" అంతఅవసరము.

62. నూతిలో నీరు యెలాగ ఊరుతుందో, అలాగే హృదయం నుండి "ప్రేమ" ఊరాలి.

63. పుస్తకములోని పేజీలను తిరగవేసినట్లుగ, మన మనస్సులో వున్న పొరలను తిరగవేస్తే మనకు జిజ్ఞాస కలుగుతుంది.

64. రోగము మనస్సులో పుట్టి శరీరమునకు వ్యాపిస్తుంది.

65. మనస్సు మృదువుగా యుండాలి - పెళుసుగ యుండరాదు.

66. బియ్యమును తిరగలిలో పోసి విసిరితే బియ్యం ఏవిధముగ పిండి అవుతుందో, అలాగే జ్ఞానులు చెప్పిన వాక్యములను మననము చేయగాచేయగా మన మనస్సులోవున్న దోషములు కరిగి మన మనస్సు నిర్మలము అవుతుంది.

67. గర్భిణి స్త్రీ తన గర్భంలో నున్న బిడ్డని ఎంత జాగ్రత్తగా చూచుకుంటుందో అదే విధముగ మనలో వున్న సుగుణములను మనము జాగ్రత్తగా చూచుకోవాలి.

68. మీరు విగ్రహాన్ని ఆరాధించినప్పుడు మీకుశాంతిగ ఉంటుంది. ఆ శాంతి విగ్రహములో నుండి రావటంలేదు. మీ మనస్సు ఏకాగ్రము అవుతుంది. కాబట్టి మీ హృదయము లోపలి నుండే శాంతి వచ్చు చున్నది.

69. మనస్సుకు పుట్టినిల్లు ఆత్మ, అత్తవారిల్లు మెదడు.

70. అవమానాలు మీమనస్సులో వున్న వంకరలను సరిచేసి అహ్ంకారాన్ని తగ్గిస్తాయి.

71. మనము పుస్తకాలు చదవటం నేర్చుకున్నాం కాని మనస్సు అనే పుస్తకాన్ని చదవటం నేర్చుకోలేదు.

72. సారాయి, బ్రాందీలు, త్రాగేవారి బుద్ధులు మొద్దుబ్లేడులవలె తయారు అవుతాయి. వారు యెన్నిజన్మలు యెత్తిన కాని వారి మనస్సు భగవంతుని వైపు తిరుగదు.

73. "భగవంతుడు" ఉన్నాడు అనే పూర్తి విశ్వాసము యుంటే "మనస్సు" ఎటూ చలించదు.

74. మన శరీరములోవున్న మలం పోవటానికి మనము అముదము పుచ్చుకుంటాం, అదేవిధముగ మనస్సులోని మలం పోవాలి యంటే ఈశ్వరానుగ్రహము, గురువు అనుగ్రహము కావాలి.

75. కష్టములలో వున్నవారి మనస్సు తొందరగా అంతర్ముఖము అవుతుంది.

76. శరీరాన్ని, మనస్సును, వాక్కును, జాగ్రత్తగ యుంచుకుంటే అవి జ్ఞాన సముపార్జనకు సహకరిస్తాయి.

77. పుణ్యపాపాలు, మనస్సు యొక్క పరిధిలోనివే! మనస్సును దాటిని వానిని పుణ్యపాపాలు తాకలేవు.

78. ఒంటరిగయుండి మన మనస్సును భగవంతునిపై లగ్నము చేయుటయే ఏకాంతవాసము, ఆత్మకు దగ్గరగా యుండుటయే ఉపవాసము.

79. ఈదేహము ఎంతఅబద్ధమో! మనస్సుకూడ అంతే అబద్ధము!

80. "మనస్సు"ను జయించినవాడే "మహాత్ముడు".

81. ఏనుగుకు అంకుశం యెలాంటిదో మన మనస్సుకు "నేనెవడను" అనే విచారణ అలాంటిది.

82. మీరు "జ్ఞానము" పొందటానికి మీయిల్లు, మీపిల్లలు, మీశరీరముకాదు అడ్డువచ్చేది మీ"మనస్సే" మీకు అడ్డువస్తుంది.

83. మానసిక ఆరోగ్యము లేకుండ యెన్నిపుస్తకాలు చదివిన వ్యర్థము.

84. మనము రామా, కృష్ణా, అంటున్నప్పటికి, మన మనస్సు ప్రకృతిలోనే వుంటున్నది.

85. మన మనస్సులో శాంతివుంటే అది మనఇంట్లోను, సమాజంలోను ప్రతిభింబిస్తుంది.

86. మీశరీరమునకు అన్నము యెంత అవసరమో, మీమనస్సుకు దేవుని వాక్యములు అంతే అవసరము.

87. మనస్సు యెప్పుడు తనవైపు తిరుగుతుందా! అని ఎదురు చూస్తూ వుంటుంది "ఆత్మ".

88. మనస్సులోవున్న మలినం పోతే నిర్మలుడు అవుతాడు.

89. మనం మెదడుతో ఆలోచించుటకు, నోటితో చెప్పుటకు అందని అనేక విషయములు మనహృదయంలోని గూఢముగా వుంటాయి.

90. సమదృష్టి కలిగితేనేకాని, మనస్సులో వున్న లోపములు రాలవు.

91. వ్యర్థమైన ఆలోచనలు, వ్యర్థమైన మాటలు, మనస్సునకు ఎంతో క్షోభను తెచ్చిపెడతాయి.

92. దైవభక్తి కేవలం హృదయమునకు సంబంధించినది.

93. మీయింట్లో దేవుని పటములు ఎలాపెట్టు కుంటున్నారో, అదేవిధముగా మీహృదయంలో కూడ దేవునికి కొంతస్థలము కేటాయించండి.

94. "విష్ణుసహస్రనామావళి"లో భగవంతుని గుణాలు వర్ణించబడ్డాయి. చదవటం వలన "ఇంద్రియాలు మనస్సు" మనకు తెలియకుండానే మన ఆధీనములోనికి వస్తాయి.

95. "దయ"గల హృదయము కలవాడికి "దైవము" స్వాధీనమగును.

96. మనస్సు అంతర్ముఖము అయితేగాని, ఈశ్వర దర్శనంకాదు.

97. మనము యెప్పుడు భగవంతుడ్ని బయట వెదకరాదు. హృదయము యొక్క లోతులలోనికి దిగి వెదకాలి.

98. మనకు దుఃఖము వచ్చినప్పుడు యిది శాశ్వతముకాదు అనుకుంటే దుఃము పల్చబడుతుంది. అలాగే సంతోషము వచ్చినప్పుడు యిది కూడా శాశ్వతముకాదు అనుకుంటే మనస్సులో వచ్చే పొంగు తగ్గుతుంది.

99. మనస్సును కలుషిత వాతావరణం నుండి బయటకు తీయండి అప్పుడు మోక్షం మీ గుమ్మం దగ్గరకు వస్తుంది. పరిసరముల ప్రభావము మనస్సుమీద పడకుండా జాగ్రత్త పడాలి.

100. సుఖానికి పరాకాష్ట మోక్షం. మనలో చిన్నవాసన మిగిలినప్పటికి మోక్షమును అందుకోలేము.

101. సాత్వికాహారము వలన సత్వ గుణము కలుగును. సత్వ గుణము వలన భక్తి కలుగును. భక్తివలన జ్ఞానము కలుగును. జ్ఞానము వలన మోక్షము కలుగును.

102. మనము ఏపనినైన అహంకారము లేకుండ శ్రద్ధగ చేస్తేమనకు కష్టము లేకుండ పని తొందరగ అవుతుంది. మనము కోరిక లేకుండ చేసినచో మోక్షము వస్తుంది.

103. మనము పెద్దలకు సేవచేస్తే భగవంతుడు మనకు మోక్షమును పొందుటకు అర్హతగలబుద్ధిని ప్రసాదిస్తాడు.

104. నిజమైన లక్ష్మి మోక్షమేగాని రూపాయి కాగితాలు కాదు.

105. మనము బట్టలను ఎంతో జాగ్రత్తగా దాచు కుంటున్నాము, రూపాయిల్ని యింకా జాగ్రత్తగా దాచు కుంటున్నాము, ఆరోగ్యాన్ని అంతకన్న ఎక్కువ జాగ్రత్తగా చూచు కుంటు న్నాము, కాని మోక్షాన్ని సంపాదించటానికి ఏమైనా జాగ్రత్త పడు తున్నామా ?

106. "మోక్షం" అనేది చనిపోయిన తరువాత మాత్రమే వస్తుంది అని యెవరు అనుకోవద్దు. యోగ్యత గలవారికి "మోక్షం" ఈ జన్మలోనే, యిక్కడే, యిప్పుడే, యీభూమిమీద పొంద వచ్చును.

107. సద్వాక్కులు వినడం వలన బుద్ధి సూక్ష్మము అవుతుంది. ఆచరించుట వలన మోక్షము వస్తుంది.

108. దుఃఖములేని స్థితిని పొందుట మాత్రమే మోక్షము.

109. మనము భగవంతుడిని వస్తువులు యివ్వమని కోరటంకాదు, మోక్షానికి కావలసిన అర్హతని ప్రసాదించమని ప్రార్థించాలి.

110. "భక్తి" కూడ ఒక సద్వాసనే !

111. కాయ లేతగా ఉన్నప్పుడు గింజలు కూడా లేతగా ఉండును అటులనే బాల్యంలోనే భక్తిలోనికి దిగితే విషయ వాసనలు బలపడవు కాయ పండుగ మారేటప్పటికి అందులో ఉండే గింజలు గట్టి పడినట్లుగానే, మనకు వార్ధక్యము వచ్చే టప్పటికి మన లో విషయ వాసనలు గట్టిపడి పోతాయి. అందుచే బాల్యము నుండి భక్తితో వుండవలెను.

112. భక్తి మన సొంత సొమ్ము. మనము డబ్బు యెంత సంపాదించిన ఈ జన్మకే పరిమితం. భక్తిమాత్రము జన్మజన్మలకు మన కూడా వస్తుంది.

113. భక్తి పేరుతో అహంకారాన్ని అలంకరించుకోకండి.

114. మనిషికి, మనిషికిమధ్య రహస్యములు వున్నవి కాని భక్తునికి భగవంతునికి మధ్య రహస్యములు లేవు.

115. తల్లికి బిడ్డలపట్ల ఎంత అనురాగము వుంటుందో, భగవంతునికి కూడ భక్తుల పట్ల అంత అనురాగము వుంటుంది.

116. భక్తులే నిజమైన బంధువులు.

117. భక్తి పేరు మీద వ్యక్తి భావన పెంచుకోవద్దు.

118. మనలోని భక్తి అతి రహస్యముగా వుండాలి.

119. మనము రోడ్డుమీద నడుస్తూ ఉంటే మనకు తెలియకుండానే రోడ్డు మీద దుమ్ము యేవిధముగా వచ్చి మన మీద పడుచున్నదో అదే విధముగ భక్తునికి కూడ ప్రపంచ ఖ్యాతి రావచ్చు.

120. పూజని, పనిని వేరు చేయకండి. పూజ చేస్తున్నప్పుడు యెంత వినయముగా భక్తిగ చేస్తున్నారో అదే విధముగ పనిని కూడ చేయండి.

121. దైవ చింతన కలవాని నేత్రములు నిర్మలముగా, ప్రేమ పూరితముగా, భక్తి పూరితముగా వెలుగుతాయి.

122. అనుదినము పూలతో దండలు కట్టి, ఆ దండలతో రంగనాథ స్వామిని అలంకరించి, పులకరించి ఆయన సాన్నిధ్యమును పొందినది "ఆండాళ్ళమ్మ" అనే భక్తురాలు.

123. నిరంతరము "కృష్ణదేవుని" నామమును స్మరించి, ఆయన రూపమును ధ్యానించి, ఆయన లీలలను పాటలుగా పాడి తరించింది "మీరాభాయి".

124. ఇంద్రియాలు వుంటేనే ఈ లోకము వుంది. ఇంద్రియాలు లేకపోతే ఈలోకం లేదు.

125 ఇంద్రియాలకు మనము కూలిపని చేస్తున్నాము. ధర్మమును ఆచరిస్తే ఇంద్రియాలు స్వాధీనము అవుతాయి. జపము చేస్తే చిత్తశుద్ధి కలుగుతుంది.

126. ఇంద్రియ నిగ్రహము యెవరికైతేవుందో వారికి ఆపదలురావు

127. ఇంద్రియాలను నిగ్రహించుటము ఎంత కష్టమో, డబ్బును నిగ్రహించుట కూడ అంతే కష్టము.

128. ఇంద్రియాల నుంచి వచ్చేసుఖం, అబద్ధం, శాంతి నుండి వచ్చే సుఖం నిజమైన సుఖం.

129. తోటివారిలో వున్న లోపములను వెదుకుట వలన అహంకారము బలపడుతుంది. కనుక రంధ్రాన్వేషణ పనికిరాదు.

130. కోరిక నెరవేరినా కష్టమే! నెరవేరక పోయినా కష్టమే! కోరిక

నెరవేరితే అహంకారము పెరుగుతుంది. నెరవేరక పోతే కోపము పెరుగుతుంది. అందుచేత అసలు కోరికలేకుండ ఉండుట ఉత్తమము.

131. బయట పిశాచాలకన్న యెక్కువ భయము పుట్టించేది మన అహంకారమనే పిశాచమే.

132. మాటకి, మాటకి మద్యఖాళీ యెలాగ వుంటుదో అలాగే తలంపుకి, తలంపుకి మద్యన వుండే ఖాళీని పెంచితే అహంకారము యొక్క పట్టు తగ్గుతుంది.

133. "అహంకారము; మమకారము" అనే రెండు కారములు పోనంత వరకు జన్మలు వస్తూ పోతూనే వుంటాయి. అహంకారము, మమకారములలే సంసారము.

134. ఆడంబరము వలన అహంకారము పెరుగుతుంది.

135. సమాజసేవలో మన అహంకారము కరిగి పోవాలి.

136. శరీరములో ప్రాణంవుండగానే "అహంకారము" అనే శత్రువును యెవరైతే జయిస్తారో వారే "శాంతి" సామ్రాజ్యానికి "మోక్ష" సామ్రాజ్యానికి అధిపతు లవుతారు.

137. అణగిన అహంకారము పడుకున్న పాములాంటిది.

138. "అహంకారమే సంసారము" అన్నారు శ్రీభగవాన్ రమణ మహర్షి.

139. అన్ని శక్తులకు ఆలోచనాశక్తి కేంద్రము, కొంతమందికి శరీరము పెరిగిన ఆలోచనా శక్తి పెరగదు.

140. శాస్త్ర జ్ఞానము పరోక్షమైనది. ఆత్మజ్ఞానము ప్రత్యక్షమైనది.

141. మనము శరీరముతో ఎలా పని చేస్తున్నామో, అలాగే బుద్ధితో కూడ ఆలోచించి వివేకమును పెంచు కోవాలి.

142. శరీరము మీద దుమ్ము వుంటే నీళ్ళతో ఎలా కడుగు కుంటున్నామో ! అలాగే జ్ఞానము అనే నీటితో అజ్ఞానాన్ని కడగండి.

143. మనకు మన బంధువులకు వున్న సంబంధము మన శరీరము వున్నంత వరకే కాని భగవంతునికి మనకు వున్న సంబంధము జన్మజన్మలకు విడదీయలేనిది.

144. మన శరీరమును అగ్ని దహించి నపుడు ఎంత బాధ ఉంటున్నదో అలాగే దుర్గుణములను దూరము చేసుకొనేటప్పుడు అంత బాధ ఉంటుంది.

145. "స్మశానము" తల్లితోసమానము. మరణానంతరము మనదేహమును దాని గర్భములో దాచు కొంటుంది.

146. మనకు దేహము ఉండగానే మనలను మనము సంస్కరించు కొనుటకు ప్రయత్నము చేయాలి. దేహ పతనాంతరముచేసే దేమిటి ?

147. దేహబుద్ధితో పనిచేస్తే అజ్ఞానము పెరుగుతుంది, ఆత్మబుద్ధితో పనిచేస్తే అజ్ఞానము తరుగుతుంది.

148. దేహము పుట్టి, పెరిగి నశిస్తుంది. ఇది లోక విరుద్ధముకాదు, తాను దేహము కాదు కాబట్టి దుఃఖ పడవలసిన పనిలేదు.

149. ఈభూమి మీదకు మనము యాత్ర కోసము వచ్చాము. ఈదేహ యాత్ర ముగిసేలోపు వాసనలను దూరముగా విడిచి పెడితే "ఆత్మానుభవము" కలుగుతుంది.

150. దేహము వుండగానే ఆత్మలాభము పొందిన వానికి దేహము దూర మవుతుంది.

151. తన అస్థిత్వం దేహమునకు పరిమితమై ఉన్నంత కాలము, కాలముచేత, కామముచేత మనిషి పీడింప బడతాడు.

152. "దేహము" ఎక్కడ వున్నది ప్రధానము కాదు. "మనస్సు" ఎక్కడ వున్నది ప్రధానము.

153. మనకు స్వప్నములో ఎన్నో దేహాలు కనిపిస్తాయి, ఆ దేహాలు ఎటువంటివో ఈ దేహాలు అటువంటివే!

154. మన దేహము మన కూడ రాక పోయినా, మనము దేహముతో చేసిన మంచి, చెడు పనులు మన కూడానే వస్తాయి.

155. మనము దేహమునకు యిచ్చే ప్రాముఖ్యత దైవమునకు యివ్వడంలేదు. మనము లోకమును అదుపు చేసినా, మన మనస్సును మనము అదుపు చేసుకోలేకపోతే దైవ దర్శనం లభ్యంకాదు.

156. "మాయ"ను దాటిన వారికి మాత్రమే "మాయ" యొక్క స్వరూపము తెలుస్తుంది.

157. శవదృష్టిని తొలగించుకొని-శివదృష్టిని అలవాటు చేసుకోవాలి

158. ఈ పగలుకు, రేపటికి మధ్య వచ్చే రాత్రి ఎటువంటిదో, ఈ జన్మకు, మరుజన్మకు మధ్య వచ్చే చావు అటువంటిది మాత్రమే !

159. మరణానంతరము ఏకాంతముగానే ప్రయాణం చేయాలి.

160. జన్మించిన తరువాత మరణించడము ఎంత సహజమో, మరణించిన తరువాత జన్మించడము కూడా అంతే సహజమైనది.

161. జీవితములో ఏకాంతముగా వుండలేక పోయినా మరణానంతర జీవితములో ఏకాంతముగా వుండుట తప్పదు.

162. "చావు" గురించి ఆలోచించే బదులు "ఆత్మ" గురించి ఆలోచించండి.

163. ఏ సంస్కారము అయితే బలీయముగా మన తలంపుకు వస్తున్నదో తదనుగుణంగానే మరుజన్మ వస్తుంది.

164. స్వప్నములో నుంచి మెలకువ వచ్చినట్లే, అజ్ఞానము లోంచి కూడా సాధకుడికి మెలుకువ వస్తుంది.

165. మనకు నిద్రవచ్చే సమయము, ప్రాణముపోయే సమయము తెలియదు.

166. జీవించి వుండగా జీవితమును గూర్చి ఆలోచించుటమాని, మరణానంతర జీవితముగూర్చి ఆలోచించుట వలన ప్రయోజనం ఏమిటి ?

167. "చావు" కోసము ప్రయత్నము చేయనక్కరలేదు. దాని అంతట అదే వస్తుంది. "జ్ఞానము" కోసము ప్రయత్నము చేయండి.

168. "మరణము" వలన జీవుడునశించడు. "మార్పు" చెందుతాడు

169. భౌతికమైన అభివృద్ధి తాత్కాలిక మైనది. ఆధ్యాత్మికాభివృద్ధి శాశ్వతమైనది.

170. ఆధ్యాత్మికాభివృద్ధి సాధించిన వానికి కలియుగము కూడ కృతయుగము గానే కనిపిస్తుంది.

171. ఓర్పు, నేర్పు ఆధ్యాత్మిక విద్యకు అవసరము.

172. ఆధ్యాత్మికాభివృద్ధి కళ్ళకు కనిపించక పోయినా, హృదయానికి అందుతుంది.

173. సమాజమునకు ఆర్థికాభివృద్ధి ఎంత అవసరమో, ఆధ్యాత్మిక వికాసము కూడా అంతే అవసరము. ఆధ్యాత్మికాభివృద్ధికి శీలసంపద పునాది వంటిది.

174. మనము సంఘములో వున్నా మన హృదయమును సంఘమునకు దూరముగా వుంచవలెను.

175. వ్యక్తి బాగుపడితే సంఘం దానంతట అదే బాగుపడుతుంది. వక్తిబాగు పడకుండ సంఘం బాగుపడమంటే యెలాగ బాగు పడుతుంది?

176. మనము చేసేకర్మను సమాజ శ్రేయస్సునకు అర్పించి చేయుటయే నిష్కామకర్మ.

177. చేతనైతే సమాజమునకు సహకరించండి కాని, సమాజము నుండి ఏమి ఆశించకండి.

178. "మహాత్ములు" వారు పొందిన శాంతిని, కాంతిని సమాజమునకు పంచి యిస్తారు.

179. సంసారము అనే సముద్రమును దాటినవాడే వీరుడు.

180. ఎవడి కోసమువాడే జీవించువాడు "దురాత్ముడు" ఎదుటి వాళ్ళ కోసము జీవించేవాడు "మహాత్ముడు".

181. ఎదుటవాని అనుభవాన్ని తన సొంతము చేసుకొన్నవాడే తెలివైనవాడు.

182. దేహలోపన లేనివాడే దిగంబరుడు. అంతేకాని బట్టలు తీసేసి తిరిగేవాడుకాదు.

183. మనము భగవంతుడిని, మృత్యువుని గుర్తు వుంచుకోవాలి - అవమానమును, అపకారమును మరచి పోవాలి.

184. మనము యేపనినైన చేసేటప్పుడు ఎదుటవారి మెప్పుకోసము కాకుండా, భగవంతుని మెప్పుకోసము మనము పనిచేయాలి.

185. దేవుడు వున్నాడని చెప్పినా, లేడని చెప్పినా అనుభవము లేకపోతే రెండూ ఒక్కటే !

186. భగవంతుడు చెప్పిన మాటలను మనము వినకపోతే సంసారమనే జైలులో బంధిస్తాడు.

187. లోభి తన ధనమును యెంత భద్రముగా, జాగ్రత్త చేస్తాడో అలాగే పరమేశ్వరుడు కూడ మనము చేసిన పుణ్యపాపములను జాగ్రత్తపెట్టి భవిష్యత్తులో ఫలితములను యిస్తాడు.

188 భగవంతుడు మనలను స్మరించకుండా, మనము భగవంతుని స్మరించలేము.

189. నిజముచెప్పాలంటే "జీవుడే దేవుడు" జీవుని దేవుడుగా చూడటము నేర్చుకోండి !

190. మీ ఆప్తుల కొఱకు యెంతో కొంత తపనతో ఎదురుచూస్తారే ! ఆతపన గనుక ఈశ్వరునిపై ఉంటే ఈశ్వర దర్శనము అవుతుంది.

191. చేనుకుగట్టు యెంత అవసరమో, దూడకుత్రాడు యెంత అవసరమో, నోటికి నామము కూడ అంతే అవసరము.

192. మనము కీర్తి అనే దుప్పటిని కప్పుకోకూడదు. ఈశ్వరానుగ్రహము అనే దుప్పటిని కప్పుకోవాలి.

193. మనము పిల్లల మీద చూపించే అంత ప్రేమ భగవంతునిపై చూపితే మోక్షము వస్తుంది.

194. మనము మాకు కష్టములు యెక్కువ, మాకు కష్టములు యెక్కువ అని అనుకుంటాము, కాని అవతార పురుషులైన సీతారాములకు వున్న కష్టములు మనలో యెవ్వరికీ లేవుకదా!

195. 'రామ' నామము "కామ"మును హరిస్తుంది.

196. మనము ఏ కుటుంబములో జన్మించిన అది ఈశ్వరునియొక్క ఆజ్ఞను అనుసరించి జన్మించినాము. అందువలన కుటుంబములో, జీవితముభా సాధ్యమైనంత వరకు రాజీపడుతూ జీవించాలి.

197. "జీవుడు" లేకుండ "దేవుడు" ఉండగలడు, కాని "దేవుడు" లేకుండ "జీవుడు" ఉండలేడు.

198. శిల్పియొక్క దెబ్బలు తిన్న తరువాత మాత్రమే 'రాయి' దేవుడు అవుతుంది. అదేవిధముగా దేవుని యొక్క పరీక్షలకు నిలబడ గలిగిన "జీవుడు"కి జ్ఞానము కలుగుతుంది.

199. చీకటిలో చేతిలోని దీపాన్ని యెలాగ ఉపయోగించు కుంటున్నారో, భగవంతుని మాటలు కూడ అలాగే ఉపయోగించుకొని అజ్ఞానాన్ని దాటండి.

200. భగవంతునికి, భగవంతుడు చెప్పిన మాటకు భేదములేదు.

201 వార్తా ప్రతికలలో ప్రచురింపబడిన విషయములకు యిస్తున్న విలువకూడ భగవంతుడు చేప్పె మాటలకు మనము యివ్వటములేదు.

202. దైవము పట్ల ధ్యాసవుంటే వినయము కలుగుతుంది ధ్యానము కలుగుతుంది.

203. మనము చేసే ప్రతి పని భగవంతుడు మన హృదయములో వుండి సాక్షిగా చూస్తూనే ఉంటాడు. "భగవంతుడు సాక్షిగా మాత్రమే వుంటాడు," కర్తగావుండదు.

204. కోరికలేకుండా పనిచేస్తే చిత్తశుద్ధి కలుగుతుంది. చిత్తశుద్ధి కంటె మించిన ఐశ్వర్యము ఏముంది? చిత్తశుద్ధి ఈశ్వర దర్శనమునకు దారి చూపిస్తుంది.

205. మనము ఈశ్వరునికి శరణాగతి కనుక చెందితే మనకు దుఃఖము అనేది వుండదు.

206. ఈశ్వర స్వరూపము పొందినవాడు, ద్వంద్వములకు అతీతుడౌతాడు.

207. ఎవరైతే తన్నుతాను పోగొట్టు కుంటారో వారు ఈశ్వర దర్శనము పొందుతారు.

208. దైవాన్ని చింతించగ, చింతించగ యితర చింతలుపోయి చివరికి దైవచింతన ఒక్కటే మిగులుతుంది. దైవస్వరూపము పొందే ముందు దైవచింతన కూడ రాలిపోతుంది.

209. మనము మన అహంకారాన్ని పోగొట్టు కుంటేనే కాని ఈశ్వరుడు దర్శనము ఇవ్వడు.

210. ఎవ్వరు కూడ తమ తెలివి వలన ఈశ్వరుని మోసము చేయలేరు.

211. దేవుడులేడు! లేడు! అన్న హృదయములో కూడ దేవుడు ఉన్నాడు. దేవుడు యెంత దయామయుడో చూడండి.

212. అనుకున్న పనులన్నీ అయిపోతే మన తెలివి తేటలువల్ల అయిపోతున్నాయి అని అనుకుంటాము. అవ్వకపోతే దైవానుగ్రహము లేదని అనుకుంటాము.

213. మనము సద్గుణములను సంపాదించుకుంటే ఈశ్వరానుగ్రహము వర్షిస్తుంది.

214. ఇష్ట దైవము, ఇష్ట మార్గము రెండూ అవసరమే

215. భగవంతునిపై విశ్వాసము నిజమైన సొమ్ము.

216. దైవానుగ్రహము కలవాడు, దైవమును తన స్వరూపముగా సాక్షాత్కరించు కుంటాడు.

217. మానవుని మాధవుడిగా చూడగలిగితే రాగ, ద్వేషములు పుట్టవు.

218. ఈశ్వరుడు అందరి హృదయములలో అంతర్యామిగా వెలుగుచున్నాడు.

219. ఈశ్వరానుగ్రహము జ్ఞానమును ప్రసాదిస్తుంది.

220. ఈశ్వర ప్రీతికోసము పనిచేయ వలెను.

221. మనహృదయంలో పూజ్యభావము, ఈశ్వరభక్తికిదారితీస్తుంది.

222. "మన సంకల్పానికి అనుకూలముగా ఈశ్వర సంకల్పము ఉండాలి" అనుకోవటం అవివేకమునకు గుర్తు.

223. ఈశ్వర సంకల్పమునకు లొంగి వుంటే దుఃఖము ముట్టుకోదు.

224. మన హిందూ మతమునకు రెండు పెద్ద శాఖలు ఉన్నవి. ఒకటి వైష్ణవము, రెండు శైవము. వైష్ణవులు విష్ణువును ఉపాసిస్తారు. శైవులు శివుని ఉపాసిస్తారు. విష్ణువు శ్రీరంగములో "రంగరాజు"గా, శివుడు చిదంబరములో "నటరాజు"గా భక్తులు అర్చన చేసుకొనుటకు అవతరించారు.

225. మనము రైల్లో ప్రయాణము చేస్తున్నప్పుడు మన లగేజీని మన వడిలో పెట్టుకున్న, రైలులో పెట్టినా రైలే మోస్తుంది కదా! అలాగే మన భారాన్ని ఈశ్వరుని మీదవేస్తే ఈశ్వరుడే మోస్తాడు అన్నారు రమణస్వామి.

226. ఈశ్వరుడు జీవులను వారి వారి ప్రారబ్ధము ననుసరించి ఆడించును. జరుగ వలసినది జరుగే తీరును. జరుగరానిది యెవరు యెంత ప్రయత్నించినను జరుగనే జరుగదు. ఇది నిశ్చయము అన్నారు రమణస్వామి.

227. మనలను రాగద్వేషాలు ముట్టుకోకుండా చూడాలి.

228. మనం అడిగి తీసుకొన్న దానికంటే, అడగకుండా మనకు యివ్వబడినది మధురాతి మధురంగా వుంటుంది.

229. "రూపము" మీద ఉండే ప్రేమకంటె, "గుణము" మీద ఉన్న ప్రేమ చాలా గొప్పది.

230. చదువు కంటే, ధనము కంటే, కాలము చాలా గొప్పది. అందు వలన కాలమును సద్వినియోగము చేసుకోవాలి.

231. మన అర్హత మీద మాత్రమే అభివృద్ధి అధారపడి వుంది. అభివృద్ధి కళ్ళకు కనిపించేది కాదు.

232. తల్లి దండ్రులు, దారా పుత్రులు, అన్నదమ్ములు, అక్క చెల్లెండ్రు, చుట్టములు మున్నగువారిపై గల ప్రేమయే "మాయ" సర్వభూతములపై గల ప్రేమయే "దయ"

233. అబద్ధం చెపితే ఆశ్చర్యపడాలి కాని, నిజం చెపితే ఆశ్చర్య పడడమేమిటి ?

234. లౌకికులకు దూరముగా వుండుట మంచిది.

235. సంపదను ఏ విధంగా సద్వినియోగము చేసుకుంటామో, అదే విధముగా జీవిత కాలములు సద్వినియోగము చెసుకోవాలి.

236. నిజాన్ని అభ్యసించుట అలవాటు చేసుకోవలెను.

237. మర్రిగింజ చిన్నదైనప్పటికి చెట్టు చాలాపెద్దదిగా వ్యాపిస్తుంది అలాగే చిన్న తలంపే కదా అని మీరు ఊరుకుంటే ఆ చిన్న తలంపే పెద్ద మర్రిచెట్టులాగా వ్యాపిస్తుంది.

238. మనము ధనవంతులను చూసినపుడు, మనకు ఈర్ష్య కలిగితే మనకు ధనం మీద అపేక్ష వున్నట్లు గుర్తు, అదే విధముగ ధనము లేనివాళ్ళను చూసినపుడు కూడా మనకు అసహ్యం కలిగితే ధనంపట్ల అపేక్ష వున్నట్లు గుర్తు.

239. "సద్గుణములను" కూడా మనము కష్టపడి సంపాదించు కోవాలి.

240. పరిస్థితులు ప్రభావము మనలకు గాఢంగా, గూఢంగా తాకు చుండుట వలన స్వతంత్రముగా ఆలోచించలేక పోతున్నాము.

241. మన అలవాట్లే మనకు సంకెళ్ళు. మన వాసనలే మనకు ఉరిత్రాళ్ళు.

242. డబ్బు మనకు "సేవకునిగ" ఉన్నంత కాలము మనకు ఉపకారము చేస్తుంది. డబ్బు మనకు "యజమాని" అయి నప్పుడు మనలను పతనము చేస్తుంది.

243. "వాదము"వల్ల సత్యము తెలియబడదు. పరిశీలన వలన తెలియ బడుతుంది.

244. "సద్గ్రంథము"లను శ్రద్ధతో చదువుట కూడ యజ్ఞముతో సమానము.

245. దుఃఖమునకు దూరముగా వుండాలంటే - చెడుకు దూరంగా వుండాలి.

246. మనకు ఏదైనా చెడు తలంపు వచ్చేవరకు దానికి సంబం ధించిన వాసన మనలో వున్నట్లు మనకే తెలియదు.

247. శాస్త్రము చెప్పిన ప్రకారము మనము జీవిస్తే, మన దోష ములు రాలిపోతాయి. దైవానుగ్రహం కలుగుతుంది.

248. మనము ఒక "సద్గుణము"ను తీసుకొని ఆచరిస్తే, మిగతా "సద్గుణము"లు వాని అంతట అవే వస్తాయి.

249. ఎప్పుడు, ఎక్కడ, ఎలా మాట్లాడాలో - అలా మాట్లాడుటము కూడా ఒక కళ.

250. తగిన సమయములో మంచిమాట చెప్పినవాడు మూగవాడితో సమానము.

251. మంచిపని నచ్చకపోతే, నచ్చేటట్లు చేసుకోవటమే అద్భుతము.

252. ఎవరైనా అనారోగ్యముగ కాని, కష్టములలో కాని ఉన్నప్పుడు వారికి మనము సేవ చేసేటప్పుడు, యితరులకు చేస్తున్నాము అనే భావనలేకుండ తనకులానే చేసుకుంటున్నట్లు భావన రావటము ఉత్తమము.

253. చెడు వినటం వలన, చెడు సంకల్పములు పెరుగుతాయి.

254. అబద్ధములు పలుకుటలో ధనవంతులతోటి పేదవారు పోటీ పడలేరు.

255. జీవితములో స్వంత బుద్ధిని ఉపయోగించుకోవాలి.

256. అరకారళ వైరము పాప హేతువు.

257. "వస్తువు"లను కొనుక్కోగలము కాని "గుణాల"ను కొనుక్కోలేము.

258. మనము యెంత ఆస్తి సంపాదించినా మూడు తరాలుకన్నా యెక్కువ ఉండదు.

259. కోపమువస్తే ఆలోచనకు దూరమౌతాము.

260. మనము అప్పు దాచుకున్నా, అహఃకారము దాచుకున్నా నష్ట పోతాము.

261. ఐక్యమత్యమే లక్ష్మితో సమానము.

262. పుస్తకాలు, మాటలు ప్రధానముకాదు. అనుభవం ప్రధానము.

263. ఎవరినైనా ఒక్కసారి చూచిన వెంటనే అకారణంగా ప్రేమ కల్గిందంటే అది పూర్వజన్మ సంబంధమే !

264. ఆలోచనలను దుర్వినియోగము చేయకూడదు.

265. ఆరోగ్యము పోయినా, డబ్బు పోయినా, ఫరవాలేదు. కాని "శీలము" మాత్రము పోకూడదు. జన్మ జన్మలకు కూడ వచ్చేది "శీలము" మాత్రమే !

266. శాంతి లేని వాడికి నిజము యెలా తెలుస్తుంది ? సుఖం ఎక్కడ నుంచి వస్తుంది ?

267. పని మనలను వదిలి పెట్టాలి కాని, పనిని మనము వదిలి పెట్టకూడదు.

268. నిరంతరము కామ క్రోధాలతో మాడిపోయేవాడికి శాస్త్రము యేమి అర్థము అవుతుంది?

269. కష్టాలను భరించుట కూడ ఒక యోగమే !

270. గ్రంథపఠనము కంటే పరిశీలన ముఖ్యము.

271. మనకు ఉండటానికి యిల్లు, కట్టుకోవటానికి బట్ట, తినటానికి తిండి, రోగమునకు మందు ఇవి ప్రాథమిక అవసరములు.

272. రాగమే రోగముగ మారుతుంది.

273. అహల్య, సీత, ద్రౌపతి, మండోదరి, తార వారి పేర్లను అను దినము స్మరించుట వలన మనం పవిత్రు లవుతాము.

274. ఔషధమును తీసుకున్నట్లుగానే ఆహారమును తీసుకోవాలి.

275. ఈ శరీరము మట్టితో సమానము. చివరకు భూమి యొక్క గర్భములో కలుస్తుంది.

276. నోటిని నిగ్రహించుకో లేకపోతే అదే నరకానికి ద్వారము అవుతుంది.

277. "రామాయణము" చదవటము వల్ల లక్ష్మి కలుగుతుంది. "భాగవతము" చదవటము వలన వైరాగ్యము కలుగుతుంది. "భారతము" చదవటము వలన జయము కలుగును.

278. చదువుతోపాటు సంస్కారము వుంటే బంగారానికి సువా సన వచ్చినట్లుగా వుంటుంది.

279. ఆలోచించి పని చేయాలి కాని పనిచేసి ఆలోచించ కూడదు.

280. మనకు కష్టములను సహించగలశక్తి ఉంటే సకల సద్గు ణములు మనకు వస్తాయి.

281. మనము మంచి "కర్మ"లను చేసి పుణ్యము సంపాదించుకోవాలి.

282. ఋణము ఉంటే మనస్సు చలిస్తుంది.

283. ఐశ్వర్యము కలిగి నప్పటికి గర్వమునకు దూరముగా వుండాలి. గర్వము వున్నచోట వినయము వుండదు. "వినయము విజ్ఞానము"ను సముపార్జిస్తుంది.

284. కోపము వచ్చినప్పుడు వివేకము అనే నీటిలో కోపాగ్నిని ఆర్పండి.

285. ఎవరికైన మీరు సహాయము చేసినప్పుడు స్వార్ధము లేకుండ చేయండి.

286. ఎదుటవారితో పోల్చుకోకండి, ఎదుటవారిని చూసి భయపడకండి.

287. మీ పరిస్థితులను బట్టి మీరు నడుచుకోండి.

288. మనము యెవరికైన ఉపకారము చేసినప్పటికి వారినుండి కనీసము కృతజ్ఞత కూడ ఆశించ కూడదు.

289. మనకు "దేహభావ"న ఉండటం వలన మన పూర్వీకులు "దేవాలయము"లను నిర్మించారు.

290. అనుకూలమైన సతి లభించుట గొప్ప విషయము.

291. సాటి మానవుని హింసకు గురిచేయరాదు.

292. మీబలహీనతల గురించి చర్చించు కోవటం విడిచిపెట్టి,ఎదుట వాని బలహీనతల గురించి మాట్లాడుట మంచిది కాదు.

293. ఎవరైనా మనలను మీలో దోషము ఉంది సరిచేసుకోండి అని చెప్పితే మనకు కోపము వస్తుంది. అదే మన శరీరము మీద పురుగు ఉన్నది అని చెప్పితే వెంటనే కోపము లేకుండా దులుపు కుంటాము. దోషము ఉన్నది అని చెప్పిన వారి మీద మనము కోపము చెందరాదు. కృతజ్ఞతా భావము చూపాలి.

294. ఎవరైన కష్టాలలో వున్నప్పుడు వారికి ధైర్యము కలుగ చేయుట కూడ దానముతో సమానము.

295. "స్వార్థము" లేకుండా జీవించినవాడు "పరమార్థము"ను అందుకుంటాడు.

296. భయము పీడిస్తున్నంత కాలము సుఖము దొరకదు.

297. యోగము అంటే లేనిదాన్ని సంపాదించటము - క్షేమము అంటే వున్నదానిని పోకుండా చూడటము.

298. "మహాత్ముడు" తోటి వాడికి సుఖము పంచి పెడతాడు. "దురాత్ముడు" దుఃఖమును పంచి పెడతాడు.

299. స్వాతంత్ర్యము లేనివాడు సత్యమునకు సంబంధించిన లోతైన అనుభవమును పొందలేడు.

300. సత్యాన్ని దర్శించకుండా, కామాన్ని జయించలేరు.

301. మనోవికాసమే నిజమైన సంపద.

302. ఉన్నదాన్ని ఉన్నట్లుగా తెలుసుకునే వరకు లేనిది ఉన్నట్లుగానే కనిపిస్తుంది.

303. ఆడంబరముగా మాట్లాడటం, ఆడంబరము కోసము ఖర్చుపెట్టటము, ఆడంబరము కోసము పనిచేయుటము వలన జీవ లక్షణాలు పెరుగుతాయి.

304. సంకల్పాన్ని త్యాగము చెయకపోతే యోగము సిద్ధించదు.

305. మనము చేసుకున్న పూర్వపుణ్యము "శ్రద్ధ" రూపములో వస్తుంది. మనము చేసిన పాపము "అశ్రద్ధ" రూపములో వస్తూంది.

306. జీవాత్మమును విడచి పెట్టకుండా దైవత్వమును పొందలేము.

307. జ్ఞాని మాత్రమే గురు స్థానమునకు అర్హుడు.

308. రూపాయలు మింగేవాడు గురువు కాదు. మీదుఃఖాన్ని మింగేవాడు గురువు.

309. మనస్సులో వున్న దోషములను తొలగించుటకు సహాయ సహకారములను అందించువాడే నిజమైన గురువు.

310. నిరంతరము శిష్యుని యోగక్షేమాలు కోరువాడే గురువు.

311. అహంకారము వేరుపురుగు లాంటిది. ఆ వేరు పురుగును నిర్మూలించే వరకు గురువు సహాయము అవసరము.

312. మనస్సును అంతఃర్ముఖము చేసేవాడే నిజమైన గురువు.

313. బలీయమైన వాసనలు గురువు యొక్క అనుగ్రహము వల్లనే పోతాయి.

314. గురువు అనుగ్రహము, ఈశ్వరానుగ్రహము, స్వప్రయత్నము లేకుండా మీరు ఒక్కవాసనను కూడా విడిచి పెట్టలేరు.

315. గురువు లేని విద్య గుడ్డి విద్య.

316. ప్రతి సద్గురువుకు కొంతమంది అంతరంగిక భక్తులు ఉంటారు. వారు మాత్రమే గురువు యొక్క సంపదకు వారసులు అవుతారు.

317. ఈశ్వరుడే గురు రూపములో వున్నాడు. గురువు అంటే ఎవరు? బ్రహ్మనుభవము పొందినవాడే గురు స్థానమునకు అర్హుడు గురువు భోధ స్వరూపుడు.

318. ఈశ్వరుడు అన్నా, గురువు అన్నా, ఆత్మ అన్నా, ఒక్కటే.!

319. మన చేతులను యినుప గొలుసులతో కట్టిన త్రెంచుకో వచ్చును కాని సద్గురువుతో మనకు వున్న సంబంధము

మాత్రము జన్మ జన్మలకు మనలను వెంటాడుతూ వుంటుంది.

320. పక్వానికి వచ్చిన శిష్యుడు గురువు యొక్క ఒక్కచల్లని చూపు మాత్రము చేతనే తరిస్తాడు.

321. మనకు ఆదిగురువు నారాయణుడే. మొదట వున్నది చైతన్యము తరువాత వచ్చినది లోకము.

322. ఎవరైనా నిజముగా భగవంతుని ప్రేమిస్తూన్నట్లయితే, ఆభగవంతుడే సద్గురు రూపములోవచ్చి అతనికి భోధించి అనుగ్రహిస్తాడు.

323. సద్గురువు యొక్క అనుగ్రహములో పడినవారు ఉద్ధరింపబడతారు అన్నారు శ్రీరమణస్వామి.

324. మనము చేసే సాధన మనస్సును ప్రకృతి నుంచి దాటించే విధముగా వుండాలి.

325. సాధన అంటే నీటికి ఎదురు ఈత లాంటిది.

326. సాధకుడు తనకు వున్న సంసారిక బాధలను, పట్టించుకో కూడదు.

327. కెరటాలు తగ్గిన తరువాత స్నానము చేయాలను కోవటము అవివేకమో - బాధలు లేనప్పుడు భగవంతుణ్ణి తెలుసు కొనాలను కోవటము కూడ అంతే అన్నాడు వివేకానంద.

328. గాలి ఎంత సహజముగా పీల్చు కుంటామో, అంత సహజ ముగానే దైవ స్మరణ జరగాలి.

329. సాధన చెయ్యగా, చెయ్యగా వాసనాసహితముగా కోరికలు రాలి పోతాయి.

330. మనము అనవసరముగ మాట్లాడ కూడదు. ఎదుట వారు అనవసరముగా మాట్లాడుతూ ఉంటే విన కూడదు.

331. మనము సత్యమునే పలుకవలెను. సత్యము అయినప్పటికి ఎదుట వారికి అప్రియముగ కనిపించినచో మనము మౌనము వహించుట మంచిది.

332. సాధకుడు కష్టములను మౌనముతో భరిస్తాడు.

333. మౌనము వలన కలహములు తగ్గుతాయి.

334. మాటలు ప్రధానముకాదు, మౌనము ప్రధానము.

335. మనము మౌనముగ ఉండుట నేర్చుకుంటే, ఆమౌనము యొక్క బలము మన చుట్టుప్రక్కలవారి మీద పని చేస్తుంది. మౌనము యొక్కశక్తి అటువంటిది.

336. సద్గురువు యొక్క మౌనము ద్వారా వచ్చే శక్తి మన బుద్ధికి అందదు.

337. వాక్కు మౌనము అభ్యాసము చేస్తే కాలక్రమములో మనో మౌనము సిద్ధిస్తుంది.

338. ఏకాగ్రత, ప్రవీణత, పవిత్రత, వినీతత యివి అన్ని మౌనము వలన కలుగుతాయి.

339. అవసరము అయినప్పుడు మాట్లాడటము, అవసరము లేనప్పుడు మాట్లాడక పోవడము కూడ మౌనముతో సమానము.

340. ఆత్మ పుట్టలేదు కాబట్టి పెరగదు, చావదు. శరీరము పుట్టింది కాబట్టి ముసలిది అయిపోంది, చచ్చిపోతుంది.

341. మనము భయముతో పీడింప బడుతున్నప్పుడు ఆత్మ సౌందర్యమును దర్శించలేము.

342. ప్రకృతి గుణములను అతిక్రమిస్తేనే కాని ఆత్మ జ్ఞానము కలుగదు.

343. వైరాగ్యము మానవ మానసమును, బహిర్ముఖము కాకుండా నిలుపు చేస్తుంది. అలా నిలబడిన మనస్సును అభ్యాసము అంతర్ముఖపరచి ఆత్మ జ్ఞానమును సంపాదించుటకు అర్హత చేకూరుస్తుంది.

344. బయట సూర్యుని దర్శనము వలన "చీకటి" యెలాగ పోతుందో, అలాగే ఆత్మ దర్శనము అయితే మనలో అజ్ఞానము అనే "చీకటి" పోతుంది.

345. గుడిలోని మూల విరాట్టు కదలదు. అతని ప్రతినిధియైన ఉత్సవ విగ్రహము మాత్రమే ఊరేగును, అట్లేమనలోని ఆత్మ కదలదు, మనలోని జీవుడే ఊరేగును.

346. ఆత్మ జ్ఞానము సైన్సులకు సైన్సు.

347. ఆత్మ కంటే అందమైనది ఈసృష్టిలో యేదిలేదు! లేదు!లేదు!

348. ఆత్మకు హెచ్చు తగ్గులులేవు, అహంకారానికి హెచ్చు తగ్గులుంటాయి.

349. ఆత్మకు చావు పుట్టుకలు లేవు.

350. ఆత్మను తెలుసు కోవాలనే శ్రద్ధతోపాటు ప్రీతి కూడ అవసరము.

351. ఆత్మ విశ్వాసాన్ని పెంచుకోండి. ఎట్టి పరిస్థితులలోను ఆత్మ విశ్వాసము సడలకుండ చూసుకొనవలెను.

352. ఈ దేహము మాత్రమే "ఆత్మ" అనుకోవటము అవివేకము.

353. ఆత్మను అనుభవములోనికి తెచ్చుకొనుట కోసమే అభ్యాసము అవసరము.

354. ఆత్మకు రూపము లేక పోయినా, పాట లేక పోయినా, అన్ని రూపములకు, అన్నిపాటలకు అదే ఆధారము.

355. ఆత్మకు పేదరికము లేదు.

356. ఆత్మ మన అనుభవములోనికి రావటములేదు అంటే మనలోనున్న దుష్ట సంస్కారాలే కారణము.

357. బాహ్యా వస్తువులను అనుభవించగా, అనుభవించగా వెగటు కలుగు తుంది. కాని ఆత్మను యెన్నిరోజులు, యెన్నిసంవత్సరాలు అనుభవించిన వెగటు అనిపించదు. ఎందుచేతనంటే అదేనిత్యము, అదేసత్యము కాబట్టి.

358. హృదయములో ప్రకాశిస్తున్న "ఆత్మ"ను తెలుసు కొనుటకే పూజా, జపము, ధ్యానము అవసరము.

359. ఆత్మ చింతన చేయుగ అమృత స్థితిని పొందుతారు.

360. ఎంత ధనమైన ఖర్చుపెట్టి వ్రతాలు చేయమంటే చేస్తారు గాని, రెండు నిమిషాలు ఆత్మ విచారణ చేయమంటే చేయరు.

361. అహఃకారము యొక్క స్వరూపము "శబ్ద"మైతే ఆత్మ స్వరూపము "నిశ్శబ్ధము".

362. ఆత్మ సుఖము మాత్రమే ఆకాశగంగ లాంటిది.

353. ఎవరి ప్రాణము, మనస్సు, వాక్కు ఆత్మలో లీనమై పోతుందో, వారికి ఆత్మ దర్శన మౌతుంది.

364. శాంతి బయట లేదు - నీ ఆత్మలోనే ఉన్నది. కాని వేరు భావన వలన శాంతికి దూరము అవుతున్నారు.

365. సద్వ వస్తువు ఆత్మ ఒక్కటి మాత్రమే. దానితో సంబంధము పెట్టుకొనుట సత్సంగము.

366. ఆత్మ "విద్య" మాత్రమే "అవిద్య"ను తొలగిస్తుంది.

367. ఆత్మ చింతన పేరుతో లోకచింతన చేయకూడదు.

368. మనము నామ, రూపములలో కూరుకుని పోయాము. అందు వలన నామ రూపములు లేని ఆత్మను అందుకోలేక పోతున్నాము.

369. ఆత్మ జ్ఞానమనే సూర్యుడు ఉదయిస్తే చిరకాలముగా వుంటున్న మనలోని అజ్ఞానము అంతరిస్తుంది.

370. మనస్సు అంతర్ముఖమైతే ఆత్మానుభవము కలుగుతుంది.

371. నిరంతరము ఎవరైతే తన మనస్సుని ఆత్మలో నిలబెడతారో వారికి వున్న వాసనలన్ని రాలిపోతాయి.

372. తలంపులకు, మాటలకు, ఊహలకు అందేదికాదు సత్యాత్మ.

373. ఆత్మ ఒక్కటే ఈలోకములోగాని, పరలోకములోగాని, ఎంగిలి కాని వస్తువు.

374. ఆత్మ అనే శబ్దము వినకుండా ఆధ్యాత్మిక శిఖరమును అధిరోహించినవారు ఈలోకములో "భగవాన్ శ్రీరమణమహర్షి" మాత్రమే !

375. ఆత్మ దర్శనమే శివ స్వరూపము, ఆత్మ దర్శనమే శాంతి స్వరూపము,ఆత్మ దర్శనమే కాంతి స్వరూపము, ఆత్మ దర్శనమే శుభ స్వరూపము.

376. ఎవరైతే ఆత్మ అనుభవాన్ని పొందారో వారు మాత్రమే దుఃఖ సాగరాన్ని దాటగలరు అన్నారు సనత్ కుమారుడు.

377. శరీరము మాత్రము "నేను" అనే భావన మనకు ఎప్పుడు లేకుండా పోతుందో అప్పుడు మాత్రమే అహః బావన పోతుంది.

378. "నేను" - "నాది" అను తలంపుల నుండి విడవడినవాడు సమతను సాధిస్తాడు.

379. నేను యొక్క మూలమును తెలుసుకొనే వరకు జన్మలు వెంటాడతాయి.

380. దేహగతమైన "నేను" నుండి విడుదల పొందినవాడు మృత్యువును జయిస్తాడు.

381. "నేను ఎవ్వడను" అను ప్రశ్నలోని నేనును తొలగించుట కొనుటకు విచారణా మార్గమునకు మించిన మార్గము లేదు.

382. దేహనికి నేను అనే శక్తిలేదు. ఆశక్తిదానికి వుంటే శవము కూడ మాట్లాడాలి.

383. అన్నీ తెలుసును అనుకునే వాడికి కూడ తానెవ్వడో తనకు తెలియదు.

384. మనము అనుకునే "నేను" గనక నిజమైతే సహజంగా యెందుకు ఉండలేక పోతున్నమా? దుఃఖమునకు ఎందుకు గురి అవుతున్నాము?.

385. అన్ని తెలుసు కుంటూవున్న ఈ "నేను" ను మనం తెలుసు కుంటే జ్ఞానోదయము అవుతుంది.

386. దేవుడు లేడు అనేవారు వున్నారు గాని, నేను లేను అనేవారు ఎవరైనా ఉన్నారా ? అని ప్రశ్నించారు శ్రీరమణస్వామి.

387. కర్తృత్వముతో పనిచేస్తే అజ్ఞానం పెరుగుతుంది. కర్తృత్వం లేకుండా పనిచేస్తే విజ్ఞానం పెరుగుతుంది.

388. దేవుడు అక్కరలేదని చెప్పేవాళ్ళు చాలామంది ఉండవచ్చు కాని జ్ఞానము అక్కరలేదని చెప్పేవారు యెవ్వరైనావున్నారా?

389. పశువు అడ్డంగా పెరిగినా, మానవుడు నిలువుగా పెరిగిన జ్ఞానం లేకపోతే యిద్దరూ సమానమే !

390. మీ సంసారము కోసము మీ సుఖాలను యెలాగ వదలు కుంటున్నారో అలాగే మీ భోగాలను జ్ఞానము పొందటం కోసం వదలాలి.

391. శవానికి వస్తువులు పెట్టి అలంకరించటం యెలాంటిదో, జ్ఞానములేని మానవ జీవితం కూడా అట్టిదే !

392. పదునైన కత్తి అంచు మీద నడిచే మనిషి యెంత జాగ్రత్తగా నడుస్తాడో, జ్ఞానాన్ని పొందాలనే మనిషి కూడ ఈ ప్రపంచ ములో అంతకన్న యెక్కువ జాగ్రత్తగా నడుచుకోవాలి.

393. మంచి తనమునకు, జ్ఞానమునకు భేదములేదు.

394. ద్వైతమే భయము, ద్వైతమే సంసారము, ద్వైతమే అజ్ఞానము, ద్వైతమే దుఃఖః, ద్వైతబుద్ధి ఉన్నవాడు అమృతానుభవన మును పొందలేడు.

395. మహాత్ములు మాట్లాడినా, వ్రాసినా లోకానుగ్రహము కోసమే.

396. సిద్ధముగా వున్న వస్తువు (ఆత్మ)ను దర్శించినవాడే సిద్ధపురుషుడు.

397. ఎవని హృదయంలో లోకము లయము అవుతుందో, మనస్సు నిదానముగా నిలబడి వుంటుందో, ఎవని హృదయాన్ని దుఃఖ ముట్టుకోదో అతను మాత్రమే సిద్ధ పురుషుడు.

398. ఎవరినిచూస్తే నిన్నునీవు సంస్కరించు కోవాలని అను కుంటావో, సద్బుద్ధిని సంపాదించాలని అనుకుంటావో వాడే జ్ఞాని.

399. పుణ్యభూమి అనుకుంటున్న ఈదేశములో రాతిదేవుళ్ళకి యిచ్చే విలువ జ్ఞానికి యివ్వటము లేదు. రాతి మనుష్యు లకు రాతి దేవుళ్ళే కావాలి!

400. జ్ఞాని స్వరూపము మౌన స్వరూపమే! జ్ఞాని దేహము ధరించి వుంటేనే చాలు మాటలతో పని లేదు.

401. యోగి జ్ఞాని అవుతాడు. భోగి రోగి అవుతాడు.

402. జ్ఞాని యెప్పుడు యింకొకరిని జ్ఞానిని చెయ్యాలని చూస్తాడు' కాని ధనవంతుడు యింకోక వ్యక్తిని ధనవంతుడుగా తయారు చెయ్యాలి అనుకోడు.

403. డాబాపై నీళ్ళు క్రిందికి రావటానికి తూమునే యేవిధముగ ఉపయోగిస్తారో అలాగే భగవంతుడు జ్ఞాని నోరును తూము లాగా ఉపయోగిస్తాడు. అంటే జ్ఞాని నోటిద్వారా పలికేది భగవంతుడే! జ్ఞాని దేహము దేవాలయమే!

404. చంటి పిల్లల మాటలు పెద్దవాళ్ళకు యెలా ఉంటాయో అదే విధముగా హేతువాదుల మాటలు, నాస్తికుల మాటలు జ్ఞాని దృష్టిలో అలాగే ఉంటాయి.

405. జ్ఞాని జీవించి ఉన్నవానిని గురించి సంతోషించడు, మరణించిన వానిని గురించి దుఃఖించడు.

406. స్వార్థము లేని ప్రేమ జ్ఞానిలో మాత్రమే ఉంటుంది.

407. జ్ఞానికి లోకములేదు! దేహములేదు! మనస్సులేదు!

408. అజ్ఞానికి దేవుడు ఉన్నచోట తెలియదు. జ్ఞానికి దేవుడు లేని చోటు తెలియదు.

409. అజ్ఞాని ప్రేమించలేడు. జ్ఞాని ప్రేమించ కుండా వుండలేడు.

410. జ్ఞాని చేసేమేలు మన కళ్ళకు కనిపించదు. మన చెవులకు వినిపించదు. మన బుద్ధి అందుకోలేదు.

411. జ్ఞాని యొక్క అనందమును గూర్చి వ్రాయుటకు లోకములో ఉపమానము లేదు.

412. "జీవించడము సన్యాసిలా జీవించు, పని చేయటము గుఱ్ఱములా పని చెయ్యి" అని ఒక మహాత్ముడు చిన్మయానందకు సలహా యిచ్చితిరి.

413. రాబందులు ఆకాశములో ఎంత ఎత్తుకు ఎగిరినా వాటి దృష్టి శవాల మీద ఉన్నట్లే! పండితులకు కూడా కామిని, కాంచనముల మీద దృష్టి వుంటుంది అన్నారు రామకృష్ణ పరమ హంస.

414. అసత్యము చెప్పేవారు యెంత జాగ్రత్తగా ఉన్నా ఫరవాలేదు సత్యము పలికేవారు చాలా చాలా జాగ్రత్తగా వుండాలి అన్నారు గాంధీ మహాత్ముడు.

415. గాంధీ మహాత్ముడు, వివేకానందుడు మొదలగు వారంతా జీవితాన్ని ఒక పరీక్షగ తీసుకున్నారు. కాని మనము మన జీవితాన్ని విలాసముగా తీసుకొంటున్నాము.

416. నీవు ఎల్లవేళల శాంతిగా వుండాలంటే నీవు ఎదుటవారిలో తప్పులు వెదకకు అన్నారు శారదామాత.

417. జ్ఞానికి హృదయములో నాలుక వుంటుంది. అజ్ఞానికి నాలుక మీద హృదయము వుంటుంది అన్నారు ఒక ఆంగ్ల రచయిత.

418. నీ సంతోషాన్ని యితరులకు పంచిపెట్టు. కాని నీకు దుఃఖము వస్తే ఒంటరిగా యింట్లో కూర్చుని భరించు అన్నారు స్వామి వివేకానంద.

419. కుడి చేతితో చేసినపని ఎడమ చేతికి కూడ తెలియ కూడదు అన్నారు ఏసు.

420. చెడు వినవద్దు, చెడు మాట్లాడవద్దు, చెడు చూడవద్దు అన్నారు గాంధీజీ.

421. జ్ఞానముతో పోల్చతగినది ఈలోకములోగాని, పరలోకములోగాని ఏమీ లేదు అన్నారు శ్రీనాన్నగారు.

422. ఈ "వివేకానందుని" యొక్క "వివేకాన్ని" అర్థము చేసుకోవాలి అంటే యింకో వివేకానందుడు పుట్టాలి అన్నారు వివేకానందుడు.

423. ఈ ప్రపంచాన్ని ఒకనాటకములాగా చూస్తే మనకు దుఃఖము రాదు అన్నారు శ్రీనాన్నగారు.

424. లోకములో వున్నమాయ అంతా డబ్బు రూపములో వున్నదన్నారు శ్రీవాల్మీకి మహర్షి,

425. కృతజ్ఞతలేని మనుష్యుల యొక్క మాంసాన్ని తినటానికి కుక్కలు కూడా అసహ్యాయించు కుంటాయి అన్నారు శ్రీవాల్మీకి మహర్షి.

426. "నేను మరణించిన తరువాత సామాన్యులను ఏస్మశానంలో దహనం చేస్తారో, అక్కడే నన్నుకూడ దహనం చెయ్యండి" అన్నాడు గౌతమబుద్ధుడు.

427. ఫలాపేక్ష లేకుండా పనిచేస్తే "చిత్తశుద్ధి" అనే లాభము కలుగుతుంది. "చిత్తశుద్ధి" అనే ద్వారము గుండానే మోక్షములో ప్రవేశించాలి అన్నారు శ్రీకృష్ణ భగవాన్.

428. రెండు గదులకి మధ్యన గడప వుంటుంది. ఆ గడప మీద దీపము పెడితే రెండు గదులకి వెలుగు నిస్తుంది. అదే విధముగా మన నోటిలో దైవనామము కాపురము వుంటే అంతరంగిక జీవితమునకు బాహ్య జీవితమునకు కూడా వెలుగు నిస్తుంది అన్నారు తులసీదాసు.

429. వాసనా సహితముగా వాంఛలను ఎవరైతే విడిచి పెడతారో వారి ప్రాణము బ్రహ్మములో లీనము అవుతుంది అన్నారు మహర్షి యజ్ఞవల్క్యుడు.

430. భయము, సిగ్గు త్యజించ మన్నారు శ్రీరామకృష్ణ పరమ హంస.

431. శ్రీరామచంద్రమూర్తి జ్ఞానమునకు గుర్తు. లక్ష్మణస్వామి వైరాగ్యమునకు గుర్తు. జ్ఞానమునకు, వైరాగ్యమునకు భేదము లేదు.

432. వైరాగ్యమును సాధించిన మానవ మానసము గాలిలేనిచోట దీపములాగ నిర్మలముగా వుంటుంది.

433. మిత ఆహారము, మితముగా మాట్లాడుట, మితముగా నిద్రించుట ఎంతో మంచిది అన్నారు భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి,

434. శాస్త్రముల సారమంతా శ్రీరమణ కృత అక్షర మణమాలలో యిమిడి వున్నది.

435. విచారణా మార్గమును పునరుద్ధరించుట ద్వారా శ్రీరమణ స్వామి హిందూ మతమునకు ఎంతో పుష్టిని చేకూర్చారు.

436. రమణస్వామి జ్ఞాన సింహాసనమును అధిష్టించి నప్పటికి, సామాన్య మానవునికి దూరము కాలేదు.

437. మనకు అరుణాచలము స్మరణకి వస్తుందీ అంటే పూర్వ జన్మలో మనకు ఆ క్షేత్రమునకు అనుబంధము వున్నది.

438. అరుణాచల స్మరణ ఆనంద ప్రదము

— శ్రీ రమణార్పణమస్తు. —

తప్పొప్పుల పట్టిక

పేజీ	సీ. నెం.	లైను	తప్పు	ఒప్పు
2	9	1	మునము	మనము
3	20	1	మునము	మనము
7	60	1	కనిపిస్తుందో	కన్పిస్తుందో
12	98	2	దుఃము	దుఃఖము
16	133	3	మమకారములలతే	మమకారములే
21	182	1	దేహలోవన	దేహభావన
22	193		భగవంనితుపై	భగవంతునిపై
23	196	3	జీవితముభా	జీవితములో
24	203	3	వుండదు	వుండడు
28	240	1	మనలకు	మనలను
29	250	1	చెప్పిన	చెప్పని
29	252	3	తనకులానే	తనకుతానే
29	256	1	అరకారళ	అకారణ
32	284	l	నీటిలో	నీటితో
34	306	1	జీవాత్మమును	జీవత్వమును
38	340	2	అయిపోంది	అయిపోతుంది
40	366		అత్మ	ఆత్మ
42	378	1	విడవడిన	విడివడిన
42	384	2	పోతున్నమా	పోతున్నము
44	397	2	దుఃఖ	దుఃఖము
44	403	1	తూమునే	తూముని



“రమణీయ కార్యమును చేయువాడే
రమణ భక్తుడు.”